

Das Zuckhen



Wenn man die **Stemwann** so zusammen kumment so greiff mit deiner lincken hand nach seinem rechten Arm windt er dir dann außwendig oben yber deinen lincken arm mit seinem rechten so zuecht indes behend dein lincke hand vnd greiff darmit vnder seinem rechten arm hindurch vber sein ober sein pruß vnd faß in harcht indes zuecht dein rechte hand vnd greiff darmit wol vnden nach seinem rechten schenckel vnd heb wol yber sich in dem tritt mit deinem lincken schenckel wol außwendig für seinen lincken vnd mit der lincken hand so du über seiner pruß hast treuch starkh von dir auß dein lincken seiten so wirff sie in zürück